

給食施設における食事中的脂質成分の実測値と計算値の比較

○望月てる代* 石永正隆** 田頭弘子**

(*広島大 **広島女大)

目的：献立表から計算によって算出した食事中的脂質成分値が実際に測定した値とどの程度違っているかを調べ、献立作成の際の参考資料となることを目的とした。

方法：広島市内の給食施設（4カ所）から食事試料を収集した。食事試料は既に報告した方法によって処理し、脂肪酸、コレステロール、植物ステロール、 β -カロチン、リン脂質の分析を行った。なお、献立表からの脂質成分の計算は栄養情報処理教育研究会（女子栄養大学情報科学科）作成の Neue Jr. 5 を用いた。

結果：脂肪酸量は測定値は計算値に近く、その割合は $103.6 \pm 23.5\%$ ($n=19$ 、平均 \pm SD)であった。 $n6/n3$ 比が計算値より実測値の方がかなり低い傾向であった。 β -カロチンはいずれの施設に於いても実測値が計算値よりも下回り $69.2 \pm 39.0\%$ であった。恐らく緑黄色野菜のカロチン含量が食品成分表に記載された時よりも低いのかもかもしれない。一方、コレステロールについては1、2の食事試料で計算値とかけ離れたものもあるが、測定値は計算値の $81.2 \pm 23.8\%$ であった。以上の結果から、給食施設で提供される食事中的脂肪酸量やコレステロール量は計算値に近かったので、献立作成上問題はないと思われるが、 $n6/n3$ 比を問題にするような献立の場合は注意が必要であろう。一方、レシチン含量の割合は平均で全リン脂質の $41.0 \pm 11.3\%$ であり、以前報告した結果よりも10%以上少なかった。リン脂質 (LPC) 含量とコレステロール含量の相関性を調べたところ $r=0.952$ ($P<0.05$)とかなり高かった。このことは殆ど病院等の給食施設が油脂系の食品では加工食品を使用していないこと示唆するものである。